昨日又有3支队伍晋级决赛

柔力球大赛预赛今天结束

本报10月3日讯 3日,由本报“张刚大篷车”与济南市全民健身中心主办、白云山和黄中药协办的济南首届柔力球大赛预赛进入第二天,来自省城的5支队伍在全民健身中心二楼南侧平台继续上演美妙的柔力球展示。与首日相比,第二天的比赛更加精彩激烈,经过两个小时的比赛,3支球队脱颖而出,晋级6日的决赛。预赛阶段的比赛将于4日结束。

与2日比赛时阴沉沉的天气相比,3日天公作美,阳光灿烂,微风习习。上午不到8点,市全民健身中心二楼南侧平台已经热闹非凡,“美在柔、美在刚、美在我健康”、“我健康、我美丽、我快乐”、“无往不胜”……参赛队伍都打出了各自的横幅,队员们正伴着优美的音乐在场上练习,而更多的柔力球爱好者则从四面八方赶到这里,既当观众,又当拉拉队队员。来自泰安东平的栾大爷一大早就到了现场,66岁的他从齐鲁晚报上看到了柔力球比赛的消息。“希望今天既能看到好的表演,又能从中学到练习柔力球的要领。”栾大爷告诉记者。

9时整开始走场,枫叶一队、美洋洋队、晚霞映泉城队、枫叶二队和嫦娥奔月二队逐个进行了正式比赛前的热身展示。“这是我们球队组建半年多来的第一次正式亮相,队员们充满热情,我们有信心晋级决赛。”美洋洋队的队长赵海英说。

9时50分,主持人宣布比赛正式开始,第一个上场的是枫叶一队,8名队员一袭黑衣,在《走进新时代》的伴奏下,表演了第二套柔力球的规定动作,精彩的表演赢得了裁判的一致认可,最终获得91.1分的高分。第二个上场的美洋洋队惊艳亮相,伴着《小背篓》的背景音乐,10名平均年龄近60岁的队员个个梳着两个高高的羊角辫,扎着红头绳,活像背着小背篓的小姑娘。除了服装独具特色外,她们的柔力球表演还融入了舞蹈元素,充满了美感。随后,晚霞映泉城队、枫叶二队、嫦娥奔月二队也依次上场展示。

经过两个小时的比赛,枫叶一队、美洋洋队和嫦娥奔月二队成功晋级,3支球队将在6日会师决赛。4日将进行预赛最后一天的比赛,欢迎广大市民继续前往市全民健身中心为各支队伍加油助威。

赛场内外

73岁的陈教练——

指导过80多人练球

在3日的柔力球比赛中,记者注意到一位身穿红白色运动服、发须花白但精神矍铄的老人,他就是嫦娥奔月二队的陈教练,一位年逾七旬却仍致力于柔力球推广的热心人。

陈教练今年73岁,是省农业厅的一名退休工程师。陈教练非常乐意与大家分享自己的经验,“其实学习柔力球并不难,关键是要专心,坚持下去就没那么难了。”

“柔力球是一项全身性的运动,特别适合中老年人,甚至对某些慢性疾病有独特的功效。”说到高兴处,陈教练亲自给记者比划起来,“比方说第三套‘翻拍’这个动作,可以很好地活动手指头,刺激小脑,延缓衰老;再比方说第六套‘双拍单球’这个动作,必须左右手协调运动,加强左手训练,同样可以锻炼大脑。”

作为济南市柔力球推广站第二分站的站长,陈教练已经指导过80多人练习柔力球,光是参加此次柔力球比赛的队员就有24人,“他们都是我手把手教出来的。”陈教练的脸上满是自豪,他指导的嫦娥奔月二队在3日的比赛中顺利晋级决赛。

▲柔力球让队员们充满了活力。

66岁的栾大爷——

远道而来边看边学

3日上午的比赛,吸引了众多市民前来观战,其中还有一名来自泰安东平的66岁老人栾大爷。

“我不是来参加比赛的,而是来参观学习的,我也很喜欢柔力球。”栾大爷告诉记者,他家在农村,长年劳作导致颈椎和腿不太好,现在年龄大了,种地也少了,很想找个合适的运动健健身,“不过,在农村除了饭后散步之外也没有什么好的活动。”栾大爷说,他从2日的齐鲁晚报上看到了关于柔力球比赛的报道,感觉这项运动很好,3日一大早就赶来比赛现场“取经”。“希望今天既能看到好的表演,又能从中学到练习柔力球的要领。”栾大爷对记者说。

记者看到,栾大爷不仅认真看完了全场比赛,也得到了不少队员的热心指导。“我利用在济南的这两天好好学习一下,回家后坚持练习,等自己练好后也在村里组织一个队,参加明年的比赛。”栾大爷乐呵呵地对记者说。

▲比赛中专心致志。

比赛故事

一人来参赛 全家齐助阵

3日上午不到8时,家住百花公园的郭阿姨就来到比赛现场开始了紧张的训练。跟她同时赶来的还有她的老伴初大爷以及女儿和小外孙,“一人来比赛,全家总动员。”

郭阿姨是嫦娥奔月二队的队员,退休后一直热衷于练习柔力球。“她很热爱这项运动,为了这次比赛天天训练,累坏了。”初大爷坐在一旁,一边观看排练一边对记者说,他一直很支持老伴儿的这项爱好,看着老伴儿练习柔力球后身体状况好了很多,每天心情也不错,初大爷由衷地感到高兴。郭阿姨的女儿告诉记者,作为儿女最大的愿望就是父母心情愉悦、身体健健康康,“老人的健康快乐不仅是自己的福气,也是儿女的福气。”

“姥姥加油!”在郭阿姨上场前,小外孙大声地为她加油助威,郭阿姨则信心满满地向家人做了一个胜利的手势。

□本版采写
本报记者 李飞 殷亚楠
见习记者 陈伟
实习生 杨微 江向荣
□本版摄影
本报记者 徐延春